

# LA GAZETTE

de  
VPR

## AGENDA

23/10 : \*\*atelier Chef de bord  
26/10 : régates  
30/10 : conseil d'administration  
30/10 : RDV Dufour 32  
9/11 : régates  
22/11 : 10 ans de VPR

\*\*inscriptions sur Framafoms S-3 à 4



## 153 !

C'est le nombre de sorties effectuées par Camulogène depuis le début de l'année !

### IMPRESSONNANT, NON ?

Ce nombre de sorties, soit plus d'un jour sur deux, serait impossible à réaliser sans un engagement fort de nos chefs de bord. Aujourd'hui ils sont 18.

Mais en pratique, ils ne sont qu'une dizaine à assurer 90% des sorties. Voile Partagée ne pourrait pas exister sans eux !

D'où le prochain atelier du 23/10 "devenir chef de bord". Plus d'explications en page 2...

## SAVE THE DATE LES 10 ANS DE VPR

Alain Guérin, Président de VPR et son équipe ont le plaisir de vous convier aux  
**10 ans de Voile Partagée de la Rade**  
**samedi 22 novembre**  
à partir de 19 heures  
au Club Nautique des Minahouët de Locmiquélic  
40 rue du Célin 56570 Locmiquélic  
MERCİ DE CONFIRMER VOTRE PRÉSENCE AVANT LE 30 OCTOBRE

En tant qu'adhérent, vous avez reçu dans votre boîte mail début octobre une invitation pour les 10 ans de VPR.

Si ce n'est pas le cas, vérifiez dans vos spams et si besoin, **contactez-nous** pour que nous vous l'adressions à nouveau.

Et si jamais vous n'avez pas encore répondu, sachez qu'il n'est pas trop tard.

Merci de penser à nous confirmer ou à nous infirmer votre présence avant la fin du mois (on ne vous demandera pas si vous avez piscine ou poney ce soir là, c'est promis).

## BALISAGE ET SORTIE EN RADE BY NIGHT

Lors de l'atelier balisage du 11/9 animé par Charly, tous les participants ont découvert qu'ils avaient encore beaucoup à apprendre.

"Un exposé très clair et très précis des différents types de balises, leurs fonctions, leur symbole sur les cartes et leur éclairage de nuit".

C'est ainsi que Jean-Christophe a eu la bonne idée d'organiser une sortie de nuit sur Camulogène afin de permettre à quelques équipiers réactifs et chanceux de vivre une belle expérience nocturne sur les flots.

"Le but était de découvrir la rade et ses abords de nuits en ne s'occupant que des feux et des phares, à l'ancienne, sans GPS ni carto.

Nous sommes partis à la tombée de la nuit, avec 3 équipiers, par beau temps.

Le courant était portant, la mer très calme, le ciel étoilé, et un petit vent de secteur NNE 5 à 10 Nds permettait quand même de manoeuvrer."

*Jean Christophe*





## ENVIE DE PROGRESSER EN TOUTE SIMPLICITÉ ?

**Atelier VPR:  
devenir chef de  
bord jeudi 23/10**



**19.00**

Tout au long de l'année, Voile Partagée offre à ses adhérents la possibilité de devenir chef de bord, toujours dans l'esprit qui domine l'association : le partage des compétences entre adhérents, au rythme de chacun.

"Cette année nous avons la chance d'avoir plusieurs adhérent(e)s motivé(e)s pour devenir chefs de bord VPR." C'est pourquoi VPR organise le 23 octobre prochain un atelier qui leur est particulièrement dédié : «**devenir chef de bord**».

L'objectif de cet atelier est d'identifier les besoins individuels en vue d'optimiser la montée en compétences, aider, répondre aux questions et ajuster la formation pour espérer être prêt pour la prochaine saison." Il reste encore quelques places à ce jour. Cliquez [ICI](#) pour vous inscrire

**SI VOUS SOUHAITEZ PROGRESSER À LA VOILE, N'OUBLIEZ PAS D'EN FAIRE PART  
À VOTRE CHEF DE BORD EN AMONT OU PENDANT LA SORTIE !**

## LA RECETTE DE MICHEL

**CUEILLIES  
BIEN FRAÎCHES  
AUX  
GRANDES MARÉES,  
OU BIEN  
CHEZ VOTRE  
MARCHAND  
FAVORI,**

**LES ALGUES,  
ÇA SE DÉGUSTE !**

**MICHEL PARTAGE  
SA RECETTE**

### INGREDIENTS :

- 100 g d'algues fraîches aux choix : moitié laitue et moitié dulce
- 1 petite échalote ou 1 petit oignon rouge
- 2 cornichons ou câpres
- 1 petite gousse d'ail
- Le jus d'un petit citron bio
- 1 cuillère à soupe de vinaigre de cidre
- 3-4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de sauce soja (ou du Tamari)
- Un peu de poivre ou de mélange de baies
- 50 g d'algues déshydratées ou fraîches aux choix : nori, wakamé, dulce, laitue, ou un mélange en paillettes

### PRÉPARATION :

Couper finement les cornichons, l'ail et l'échalote en petits morceaux (ou les mixer avec un mini-hachoir). Mélanger tous les ingrédients ensemble et rectifier l'assaisonnement si besoin.

**A DÉGUSTER SUR UNE TRANCHE DE PAIN FRAIS OU GRILLÉ, VOUS NOUS EN DIREZ DES NOUVELLES !**



## VIVRE AVANT TOUT GRÂCE À NAVISPORT



Navisport est une fondation qui vise à favoriser l'intégration du handicap dans le milieu nautique et de permettre à toute personne avec handicap de découvrir la navigation.

Voile partagée fait partie de la flotte partenaire. La dernière sortie était organisée à la mi-septembre sur 2 jours avec Philippe, CDB et Nadine de VPR ainsi qu'Anne, l'accompagnatrice de François. en situation d'handicap.

Le samedi, c'est sous une pluie battante, que les participant de Navisport se réfugient au K1 pour un pique-nique au sec avant d'embarquer sur Camulogène à 13h30 pour un tour de rade via la citadelle puis l'île St Michel et le Blavet jusqu'au pont du Bonhomme ....

Le soir, après la sortie en mer, un repas est organisé dans une ambiance festive au centre de voile de Kerguelen.

Le lendemain, l'équipage retrouve ses 2 équipiers qui ont passé la nuit au centre de voile de Kerguelen pour faire à nouveau un tour de rade jusqu'au pont du Bonhomme.

La météo semblant se dégrader aussi, sans perdre de temps, retour à Ste Catherine pour un pot au Cargo. "Encore de bons moments passés avec des personnes qui malgré leur différence, sont avides de vivre !"

**Une idée, un avis ? contactez-nous !**

Page 2



[www.partageedelarade.bzh](http://www.partageedelarade.bzh)



[VoilePartageeDeLaRade](https://www.facebook.com/VoilePartageeDeLaRade)

une remarque, une question ? :  
[contact@voilepartageedelarade.bzh](mailto:contact@voilepartageedelarade.bzh)